

## Radeln ohne Alter

Wir beim Caritasverband Stadt und Landkreis Hof e.V. sind teil der einzigartigen RoA—Community und davon überzeugt, dass das Leben auch im hohen Alter noch voller Freude sein kann und soll. Wir unternehmen ehrenamtlich Rikscha-Fahrten mit BewohnerInnen von Senioren- und Pflegeheimen oder anderen interessierten Senior\*innen in der Stadt Hof.

Denn wir wollen:

- jung und alt zusammenbringen
- Menschen im Alter Mobilität verschaffen
- Zeit schenken
- Ausflüge an den Untreusee, ins Café oder an geliebte Orte unternehmen
- Erinnerungen wecken
- Lebensgeschichten teilen
- gemeinsam lachen

Wenn Du Deine Zeit zum Geschenk machen möchtest, engagiere Dich bei Radeln ohne Alter und werde Teil der weltweiten Initiative. Hier kannst Du wirklich was bewegen. Dabei triffst Du nette Leute, wirst Teil des Leistungsnetzwerkes der Caritas und tust - gratis - etwas für die Fitness.

Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

## So erreichen Sie uns



**Caritasverband  
Stadt und Landkreis Hof e.V.**  
Marienstraße 56, 95028 Hof  
phone 0 92 81 / 140 17 - 0  
mail [info@caritas-hof.de](mailto:info@caritas-hof.de)  
web [www.caritas-hof.de](http://www.caritas-hof.de)

**RoA Stadt Hof  
Anja Narr**

phone 0 92 81 / 140 17 - 33  
mail [a.narr@caritas-hof.de](mailto:a.narr@caritas-hof.de)  
web [www.caritas-hof.de](http://www.caritas-hof.de)

**Sie möchten die Arbeit der Caritas unterstützen?  
Helfen Sie helfen - jede Spende zählt!**

IBAN DE02 7806 0896 0000 0356 53  
BIC GENODEF1HO1

Wir danken herzlich für Ihre Unterstützung!

Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

## Senioren– Rikscha



Radeln ohne Alter (RoA) Hof/ Saale



Bild von Benjamin Westhoff, RoA Bonn



— ADALBERT —  
**RAPS**  
STIFTUNG

**RADELN  
OHNE  
ALTER**



Caritasverband  
Stadt und Landkreis Hof e.V.



Das Leistungsnetzwerk der Caritas.

## Die Rikscha nutzen

Radeln ohne Alter bei der Caritas in Hof ist fest davon überzeugt, dass jeder Mensch ein Recht auf Wind in den Haaren hat! Auf Rikschas werden insbesondere ältere Menschen, die mobil eingeschränkt sind, von uns eingeladen, ihre Heimat hautnah wieder und neu zu entdecken. Die Caritas - Ehrenamtlichen von "Radeln ohne Alter" wollen besonders die Mobilität älterer Menschen steigern und somit ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben besser ermöglichen.

Wir möchten aber auch Jung und Alt zusammenbringen, um sich Geschichten zu erzählen, voneinander zu lernen und gemeinsam zu lachen. So entstehen vielleicht neue Freundschaften, Brücken zwischen Generationen, einfach ein wunderbares Miteinander.



## Pilot werden

Hast Du starke Beine und Lust, kräftig in die Pedalen zu treten? Dann nimm Bewohner\*innen aus Senioren- und Pflegeheime auf eine Fahrt durch die Stadt, ins Grüne und ans Wasser mit. Zaubere ein Lächeln auf die Gesichter von älteren Mitmenschen. Wecke Erinnerungen. Knüpfe neue, ungewöhnliche aber wunderbare Freundschaften. Gib ihnen ihre Mobilität zurück und ermögliche ihnen, wieder einen Teil der Gemeinschaft zu sein. Aber keine Angst, man muss keinesfalls Leistungssportler sein, um die Rikscha zu bewegen. Sie hat eine Elektrounterstützung. Als Pilot\*n ist es Dir überlassen, wie häufig, an welchen Tagen und zu welchen Zeiten Du ein oder zwei ältere Mitmenschen auf ein Abenteuer mitnehmen möchtest. Es soll nicht zur Pflicht werden, sondern aus Leidenschaft und Freude geschehen.

